Yarmouk Clinic
مركز العبدالهادي الصحي

البورد الكويتي لطب الأطفال
Kuwaiti Board of Pediatrics

معلومات عامة مهمة لسلامة طفلك

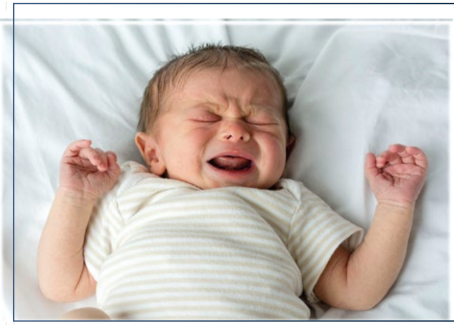
تنسيق و تجميع:

د. منيرة جاسم مهلهل الياسين

سنة رابعة في البورد الكويتي للأطفال

معدل بكاء الطفل باليوم الواحد :

- في أول أسبوعين من العمر: ساعتين باليوم
- عند عمر 6 أسابيع من العمر: 3 ساعات باليوم
- عند عمر 12 أسبوعاً من العمر: ساعة باليوم



مغص الرضع:

- يكون البكاء بسبب المغص لأكثر من 3 ساعات باليوم لمدة أكثر من 3 أيام وقد يمتد لأكثر من 3 أسابيع.
- يكون من عمر الأسبوعين إلى 3 أشهر.
- تكون رضاعة الطفل بشكل طبيعي، ويكون نومه جيداً.
- تزيد حالة المغص بفترة العصر والمغرب.
- تختفي عند عمر 4 شهور.
- من المهم جداً: إذا كان البكاء متواصلاً أكثر من ساعة إلى ساعتين فيجب مراجعة دكتور الأطفال.



الحلول:

- الاطمئنان بأنه أمر عادي ومن الممكن مراجعة الطبيب للاطمئنان.
- عمل مساج للمعدة – إعطاء ماء الغريب للطفل.
- الابتعاد عن منتجات الحليب للأم التي ترضع الطفل.
- تغيير الحليب الصناعي.

الأسنان :

- أول ظهور الأسنان عند الطفل يكون من عمر 6 – 10 أشهر، ويراجع الطبيب الأسنان إذا بلغ
- عمر الطفل 18 شهر ولم يسنن.
- ينبغي مراجعة دكتور الأسنان عند أول ظهور الأسنان لمتابعة:

1 - تقييم صحة فم الطفل وصحته بوجه عام، وعاداته فيما يتصل بتناوُل المشروبات والأطعمة، وخطر تسوس أسنانه.

2 - تقييم مقدار الفلوريد الذي يحصل عليه الطفل من نظامه الغذائي، ومن استخدام منتجات صحة الفم، وسيصف الطبيب له -إذا لزم الأمر- مكملاً غذائيًا يحتوي على الفلوريد، أو يضع علاجًا موضعيًا يحتوي على الفلوريد على أسنان الطفل.

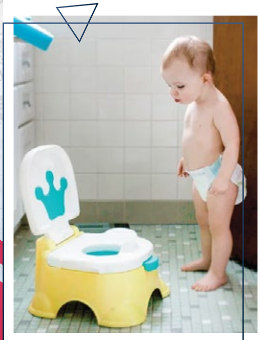
3 - فحص لسان الطفل تحسبًا لوجود قروح أو نتوءات به، أو بداخل الخدين أو سقف الفم.

4 - تقييم أثر عادات مثل استخدام الطفل للهاية (مصاصة مطاطية) أو مص إصبعه.



علاج مص الإبهام :

- يستمر مص الإبهام المتكرر للطفل الذي يبلغ من العمر 4 – 5 سنوات.
- المعدلات العملية مثل تطبيق مادة ذات طعم غير لائق، جبيرة الإبهام
- تعديل السلوك مع التعزيز الإيجابي.





التدريب للحمام :

يبدأ :

- عندما يكون لدى الطفل استعداد لغوي.
- والرغبة في الاستقلال.
- والمهارات الحركية الكافية والوعي الجسدي.
- والعمر يكون: بين سنتين إلى ثلاث سنين.

لسلامة وجه ورأس الطفل ينصح بما يلي :



- ارتداء أدوات السلامة الموصى بها، مثل خوذة مع قناع الوجه عند لعب الهوكي أو كرة القدم أو رياضة أخرى تتطلب احتكاكًا.
- ارتداء خوذة أثناء ركوب الدراجة العادية أو النارية.

متلازمة موت الرُضع المفاجئ :

الوقاية :

لا توجد طريقة مضمونة لتجنب متلازمة موت الرضع المفاجئ (SIDS)، ولكن يمكنك مساعدة طفلك على النوم بأمان أكبر باتباع النصائح التالية:



- النوم على الظهر بحيث يكون نوم الطفل على ظهره، وليس على بطنه أو جانبه.
- جعل سرير الطفل خاليًا قدر الإمكان، واستخدام مرتبة قوية، وتجنب وضع الطفل على بِطانة سميكة محشوة.





- لا تُفرطي في تدفئة طفلك، وللحفاظ على طفلك دافئًا، جربي كيس النوم أو ملابس نوم أخرى حتى لا تضطري إلى استخدام أغطية إضافية، ولا تُغطِّي رأس طفلك.
- اجعل طفلك ينام في حجرتك، فينبغي أن ينام طفلك في حجرتك، لكن يجب أن ينام وحده في المهد، أو في أي نوع من الأسِرّة المصممة لنوم الرضّع، وذلك لمدة لا تقل عن 6 أشهر، وتمتد إلى عام إذا سمحت الظروف.



- أرضعي طفلك رضاعة طبيعية -إن أمكن-.
- لا تستخدمي أجهزة مراقبة الأطفال والأجهزة التجارية الأخرى التي تدّعي أنها تقلل من خطر الإصابة بمتلازمة موت الرضع المفاجئ..



- استخدام اللهَّاية، حين يمص طفلك اللهَّاية غير المزودة بطوق أو رباط في وقت الغفوة ووقت النوم
- يجب الحرص على تطعيم الطفل.
- يجب الالتزام بعدم التدخين خلال الحمل.